

TRAININGSBROCHURE

DE PSYCHOLOGIE VAN VERANDERING

Gedragsverandering kun je niet uitrollen, gedragsverandering ontstaat in dynamiek. In de afgelopen 50 jaar is er veel waardevol onderzoek gedaan naar deze dynamiek in de veranderpsychologie. Deze inzichten hebben de werkvloer helaas nog niet of nauwelijks bereikt.

Thijs maakt in zijn trainingen deze inzichten toegankelijk voor professionals. Dat doet hij op een ontspannen en interactieve manier. Reflectie, inzichten en toepassing wisselen elkaar in hoog tempo af. In deze brochure lees je hoe deze trainingen eruit zouden kunnen zien.

OVER THIJS LEENMAN

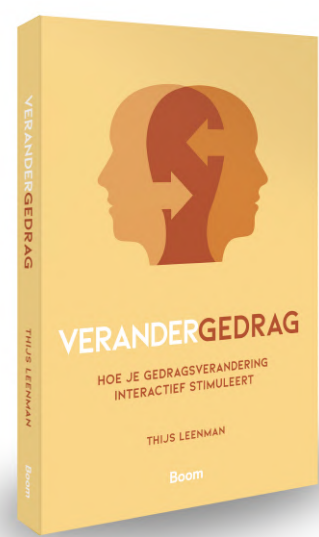
Drs. Thijs Leenman is organisatiepsycholoog en communicatiekundige. Hij begeleidt organisaties bij leiderschaps- en verandervraagstukken als spreker, adviseur en trainer. Thijs is gastspreker bij o.a. het NIP (Nationaal Instituut van Psychologen). Onlangs schreef hij het boek *Verandergedrag*. Trainen is zijn passie. Thijs maakt stevige inhoud hanteerbaar en toepasbaar in de praktijk.



VERANDERGEDRAG

In *Verandergedrag* vind je de belangrijkste conclusies uit 50 jaar veranderpsychologie. Deze verrassende inzichten werpen een nieuw licht op de meest effectieve aanpak om gedragsverandering te stimuleren. Stevig verankerd in wetenschappelijk onderzoek, direct toepasbaar in de praktijk.

Bestel het boek hier



TRAININGSBROCHURE

WAT ZEGGEN ANDEREN?

“Het is een plezier om Thijs aan het werk te zien. Thijs weet psychologische inzichten haarfijn te vertalen naar de praktijk van verandervraagstukken.”
- Jeroen, opleidingscoördinator




“Door de lat hoog te leggen en ons uit te dagen om experimenten tussen de trainingen door uit te voeren, was deze training niet alleen goed voor mezelf, maar ook voor mijn collega’s.”
- Francis, manager

“Thijs heeft ons programmateam goed geholpen door ons mee te nemen in de wereld van de veranderpsychologie. We hebben daardoor als team mooie stappen kunnen zetten.”
- Ellis, programmamanager

TRAINEN = MAATWERK

In deze brochure lees je meer over de trainingen. Op de volgende pagina's vind je een overzicht van de inhoud, leeropbrengst, volgorde en kenmerken. Dit is slechts een impressie, trainen is maatwerk. Voor Thijs is een training nooit beter dan de mate waarin het lukt om aan te sluiten op de praktijk van de deelnemers. Hij spitst iedere training daarom scherp toe op de praktijk en uitdagingen van de deelnemers en organisatie.

*‘Ik hoop dat de volgende pagina’s een aardig beeld geven. Mogelijk is dat het beginpunt van co-creatie. Het lijkt me leuk om in **contact** te komen om eens kennis te maken!’*
- Thijs

 thijs@verander-gedrag.nl
 0623356227
 www.verander-gedrag.nl

DE PSYCHOLOGIE VAN VERANDERING

THEMA'S, LEEROPBRENGST & TYPISCHE VRAGEN

MIJN VERANDERAANPAK

Wat is de beste veranderaanpak in mijn verandervraagstuk?

De veranderkunde heeft de laatste jaren een ontwikkeling doorgemaakt: er zijn veel nieuwe inzichten beschikbaar om jouw verandering een succes te maken. Samen met anderen verken je wat de beste aanpak is voor jouw vraagstuk.

Je krijgt:

- ✓ De beste inzichten voor verandering uit 50 jaar veranderpsychologie.
- ✓ Zicht op hoe je jouw verandering viraal kan laten gaan.
- ✓ Concrete handvatten om direct stappen in de praktijk te zetten.

Typische vragen die aan bod komen:

- Hoe kan ik mijn veranderaanpak zo vormgeven dat andere echt mee willen?
- Wat zijn bewezen effectieve manieren om gedragsverandering te stimuleren?
- Hoe kan ik in mijn organisatie duurzame verandering teweeg brengen?

MIJN VERANDERVRAAGSTUK

We verdiepen onze verandervraagstukken gaandeweg in een kleine veilige setting. Samen met andere deelnemers doorgrond je wat er speelt in jouw casus. Je ontvangt relevante inzichten, scherpe reflecties en gerichte adviezen. Door gebruik te maken van gestructureerde methodes werk je toe naar de beste volgende stap.

Je krijgt:

- ✓ Grip op jouw vraagstuk door samen te onderzoeken wat er speelt.
- ✓ Inzicht door samen te reflecteren op jouw vraagstuk.
- ✓ Adviezen op maat waar je daadwerkelijk mee verder kunt.

Typische vragen die aan bod komen:

- Wat staat mij te doen om daadwerkelijk stappen te zetten in mijn casus?
- Ik loop steeds tegen dezelfde thema's aan, hoe kan dit?
- Ik kom een hoop weerstand tegen, hoe ga ik hier effectief mee om?

MIJN VERANDERDYNAMIEK

Verandering komt nooit vanzelf van de grond. Hoe kun je zo effectief mogelijk omgaan met weerstand? Het boeiende is dat we waarschijnlijk zelf meer invloed hebben op deze weerstand dan we denken. Daarom kijken we naar complexe veranderdynamieken: die momenten dat verandering taai of moeizaam is.

Je krijgt:

- ✓ Kennis over de dynamiek van weerstand: wat gebeurt er en waarom.
- ✓ Inzicht in de dynamieken die spelen in jouw verandervraagstuk.
- ✓ Afgewogen perspectief op de tijd en aandacht die veranderen vraagt.

Typische vragen die aan bod komen:

- Hoe krijg ik grip op weerstand?
- Welke dynamieken zijn typerend in deze vraagstukken?
- Wat staat mij te doen om deze situaties te doorbreken?

MIJN VERANDERGESPPOREKKEN

Verandering ontstaat in gesprekken. De veranderinzet van de ander is te zien als optelsom van de dagelijkse gesprekken die hij of zij voert. Hoe kun je de veranderinzet van de ander zoveel mogelijk vergroten? Door gebruik te maken van bewezen effectieve én praktische inzichten uit de veranderpsychologie.

Je krijgt:

- ✓ Inzicht in hoe verandering tot stand komt bij de ander.
- ✓ Ervaring door direct op een ontspannen manier te oefenen met jouw casus.
- ✓ Handvatten uit de psychologie om direct toe te passen in gesprekken.

Typische vragen die aan bod komen:

- Hoe werkt gedragsverandering in het brein van de ander?
- Welke valkuilen liggen er op de loer in het stimuleren van gedragsverandering?
- Hoe kan ik in gesprekken mijn invloed vergroten?



DE PSYCHOLOGIE VAN VERANDERING

STAP VOOR STAP VERANDEREN - VOLGORDE IN DE TIJD

MIJN VERANDERAANPAK

We starten bij jouw veranderopgave. Vervolgens verkennen we de beste veranderaanpak voor jouw vraagstuk.



MIJN VERANDERDYNAMIEK

We staan stil bij taaie en lastige vraagstukken in onze veranderopgave en de dynamiek die daarbij komt kijken. Hoe ga je om met weerstand?



MIJN VERANDERGESPREKKEN

We leren en oefenen met het voeren van verandergesprekken. Op zo'n manier dat we de veranderinzet van de ander vergroten.



MIJN VERANDERVRAAGSTUK I

We verdiepen het verandervraagstuk in een kleinere setting en doorgronden samen persoonlijke casuïstiek.



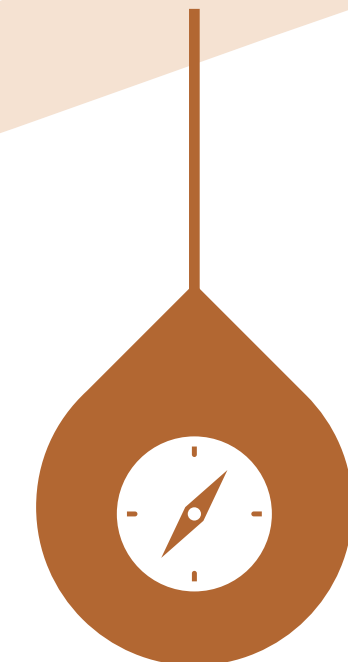
MIJN VERANDERVRAAGSTUK II

Op basis van de stappen die we hebben gezet en de inzichten die we hebben opgedaan leren we verder in ons vraagstuk.



ONZE AFRONDING

We sluiten gezamenlijk af door stil te staan bij wat we leerden en wat ons te doen staan in de toekomst.



KENMERKEN VAN DE TRAINING

ERVARINGEN VAN DEELNEMERS

WETENSCHAPPELIJKE INZICHTEN

Je ontvangt bewezen effectieve inzichten, gebaseerd op vijftig jaar psychologisch onderzoek. Geen afstandelijke analyses, maar handzame gedegen best practices.

LEREN VAN ELKAAR

Je leert niet alleen van de behandelde theorie en praktijk maar wisselt met anderen continu ervaringen en inzichten uit. Zo scherp je jouw gedachten verder aan. Leren doen we met elkaar.

INTERACTIEF

De trainingen en programma's zijn zeer interactief. Niet alleen verandering ontstaat in interactie, inzicht ontstaat ook in interactie. In dialoog leren we hoe je in jouw veranderopgave de volgende stappen kunt zetten.



CONCRETE STAPPEN: GEDRAGSEXPERIMENTEN

Aan het einde van iedere sessie werk je aan een persoonlijk gedragsexperiment. Een concreet voornemen dat zo haalbaar mogelijk is. De inzichten die je op doet, pas je direct toe in de praktijk.

AANSTEKELIJKE BELEVING

Het is geen moment saai. Je stapt in een aanstekelijke beleving door een afwisselend programma, creatieve werkvormen en een continue afwisseling tussen theorie en praktijk. Reflectie en toepassing volgen elkaar steeds op.





VERANDERGEDRAG

*Hopelijk heeft deze brochure wat meer beeld gegeven.
Mogelijk is dat het beginpunt van co-creatie.
Het lijkt me leuk om in **contact** te komen om eens kennis te maken:*

✉ thijs@verander-gedrag.nl

☎ 0623356227

🌐 www.verander-gedrag.nl

